JM EDITORIAL

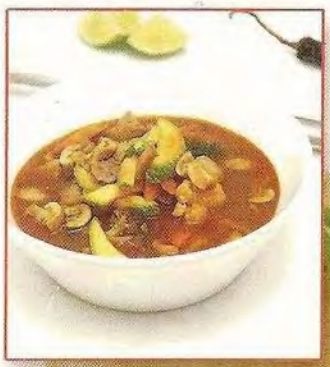
un toque de

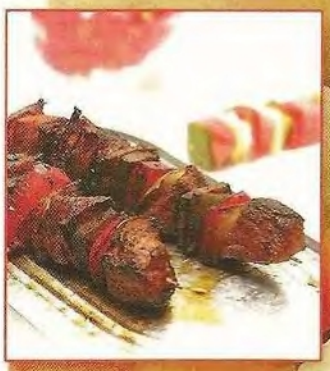
sabor

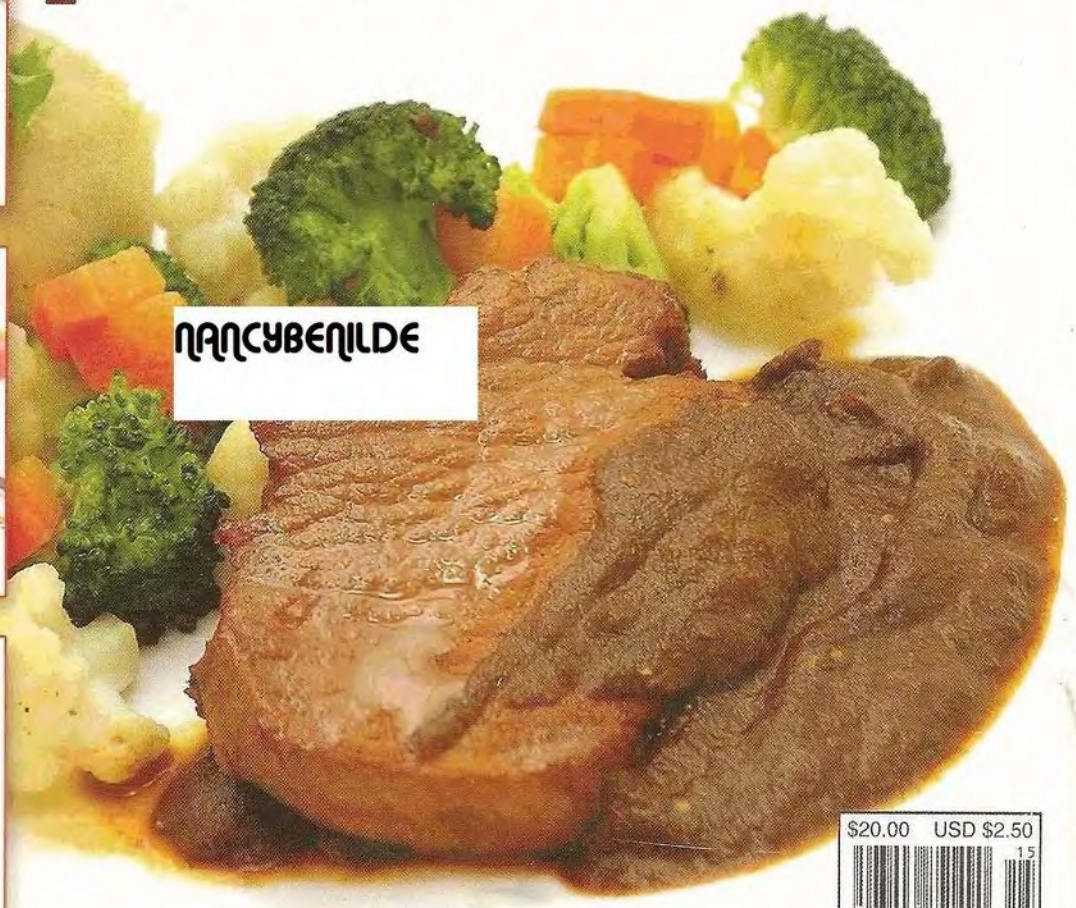
EDICIÓN ESPECIAL No. 15

BOCADILLOS · SOPAS · PLATOS FUERTES · POSTRES

Todo con chile pasilla







NANCYBENILDE

$20.00 USD $2.50

15

HECHO EN MEXICO

El chile pasilla
un chile con sabor

El uso del chile en la cocina mexicana es tan amplio como la variedad que de ellos existe. Esto, gracias a la gran diversidad de aromas que se desprenden de cada uno de ellos. Cada uno tiene un sabor y un picor diferentes, lo que permite, a quienes gustan de este alimento, distinguir con qué clase de chile está elaborado un platillo.

Entre algunas de las diferencias está el que los chiles pueden ser frescos o secos, lo que puede hacer que incluso un mismo chile cambie de sabor y de uso culinario. Un claro ejemplo de esto es el chile chilaca, que al secarse se convierte en chile pasilla.

Los expertos en chiles pueden distinguir con facilidad el gran número de variedades que existen; en cambio, aquellos que no lo son solo alcanzan a distinguir entre suaves y picantes (relacionado con el grado de picor).

Una historia picante

El chile se menciona de manera amplia en diversas mitología y literaturas previas a la Conquista. Tiempo después, en el Códice Mendocino, ya se menciona la gran cantidad de chiles que algunas provincias pagaban al pueblo azteca. En si, los datos referentes a aquella época destacan el vasto uso y aprovechamiento de este fruto.

Durante la Conquista y en la etapa subsecuente, muchos chiles de origen mexicano –y otras variedades latinoamericanas– acabarían siendo llevados a Europa e incluso a Oriente, lo que daria pie al nacimiento de una gran diversidad de chiles.

¿Dónde está el picor en verdad?

En los chiles, no siempre solo las semillasson picantes, también lo llega a ser la vaina Ésta contiene un aceite volátil, la capsaicina. que es el responsable de su sabor picante.

Un chile particular

El chile pasilla es considerado un chile seco de forma alargada y arrugada (15 a 20 cm de largo y 2 a 3 cm de ancho). de color rojo oscuro. aromático y con un picor dulzón. En algunos lugares también se le da el nombre de achocolatado. Tiene sus orígenes en México, Centro y Sudamérica.

El chile pasilla se vende en diversas partes del país. De acuerdo con su calidad, está el chile de primera (o primero), segunda (mediano) y tercera (regular). Los primeros son los más grandes y se utilizan para rellenar; los medianos se usan en la elaboración de salsas o curtidos, y los de tercera (los más económicos), se emplean sólo en salsas.

El origen de un nombre

El chile **pasilla** debe su nombre a que, cuando se seca, se arruga como la uva pasa.

Cocinado con chile pasilla

El uso de este chile es amplio, ya que se utiliza en múltiples salsas –de entrada, la de chile pasilla–. en diversos moles y adobos. y en varios guisos elaborados con carnes de res, cerdo o pollo.

Se puede cortar en rodajas que se fríen y se utilizan como guarnición de diversas sopas; incluso las semillas pueden utilizarse ya fritas, para darle sabor a diversos platillos.

Cuando se cocina con chile pasilla (por ejemplo, en chiles rellenos), en ocasiones es muy seco y no se puede doblar, por lo cual es recomendable calentarlo en un comal hasta que se vuelva flexible.

¿Chile pasilla o chile mexicano?

En el estado de Oaxaca se cultiva un chile pasilla que por sus características se conoce como "chile mexicano", pero que no tiene que ver con el chile pasilla tradicional, ya que es ahumado, arrugado y de cáscara brillante. Su forma es triangular y alargada, de color marrón.

Las vitaminas del chile

En general, en la mayoría de los chiles se pueden encontrar diversas vitaminas, como es el caso de la C, que ayuda al buen funcionamiento del aparato respiratorio. También destaca la vitamina A, que favorece la agudeza visual, protege la piel y ayuda al crecimiento. Otro aporte importante de los chiles es su contenido de complejo B.

Chiles para repartir

Los chiles no sólo tienen que ver con la cocina, también están ligados al mundo médico, al alimenticio, al de la cosmética, entre otros. La capsicina –el componente activo de los chiles– tiene su uso como saborizante en la elaboración de carnes frías, como repelente en la agricultura, como estimulante en la medicina, como colorante... en fin, infinidad de usos.

ENTRADAS
Y BOCADILLOS

RELLENO DE FRIJOL

- **500** g de frijoles negros o bayos, refritos
- **100** g de chilorio en lata
- **1** cda. de mantequilla
- **1** cda. de cebolla, picada finamente
- **5** chiles pasilla, abiertos, remojados, desvenados y sin semillas
- **250** g de queso blanco (puede ser fresco o panela)

Salsa

- **4** jitomates bola o guaje
- **1** cda. de aceite de oliva
- **1/4** de cebolla mediana, picada finamente
- **1** diente de ajo, picado finamente
- Sal y pimienta al gusto

Este platillo puede servirse caliente o frío

Para preparar la salsa, corte el jitomate en trozos medianos; mezcle con los ingredientes y resérveio.

En una sartén a fuego alto, caliente el aceite de oliva y acitrone la cebolla por 2 minutos.

Agregue el ajo, seguido del jitomate y deje que se cueza a fuego medio. Mueva de manera constante, salpimiente al gusto y, una vez listo, reserve.

En otro recipiente a fuego alto derrita la mantequilla y acitrone la cebolla. Incorpore el chilorio. Añada el frijol y guise durante algunos minutos; sazone si es necesaria y reserve.

Corte el queso en cuadritos y rellene los chiles con lo anterior. Sírvalos acompañados con la salsa de jitomate.

ROLLITO DE HIERBAS

- 1 manojo de quelites, lavado
- 1 lechuga italiana
- 1 manojo de verdolagas
- 6 chiles pasilla, desvenados y sin semillas

Vinagreta

- 1/2 taza de albahaca (solo las hojas)
- 1/2 taza de aceite vegetal
- 1 cda. de mostaza
- 1 cda de vinagre blanco
- Sal y pimienta

Presente con un espejo de vinagreta en el plato y encima el rollito

Lave muy bien y desinfecte los quelites, las lechugas y las verdolagas, según las indicaciones del desinfectante. Reserve.

Corte los chiles a lo largo, retíreles las semillas y extiéndalos sobre la mesa de trabajo, con la punta al frente.

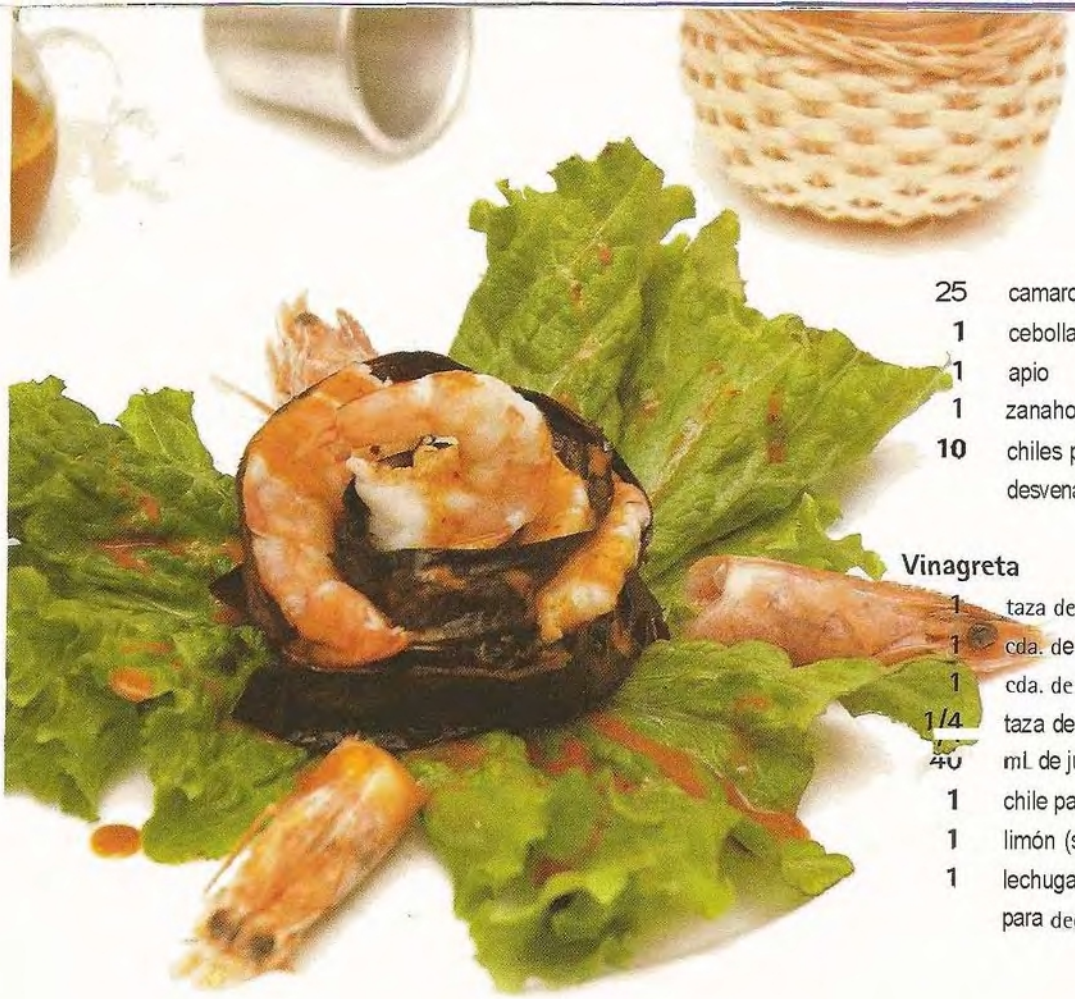
Coloque la lechuga de manera que quede atravesada sobre el chile y haga lo mismo con las demás hierbas.

Bañe con un poco de la vinagreta y empiece a enrollar el chile pasilla. Haga lo mismo con todos los chiles y al final vuelva a bañarlos con un poco más de la vinagreta antes de servirlos.

Vinagreta

Licúe todos los ingredientes, sazone y reserve

ROSA DE CAMARONES

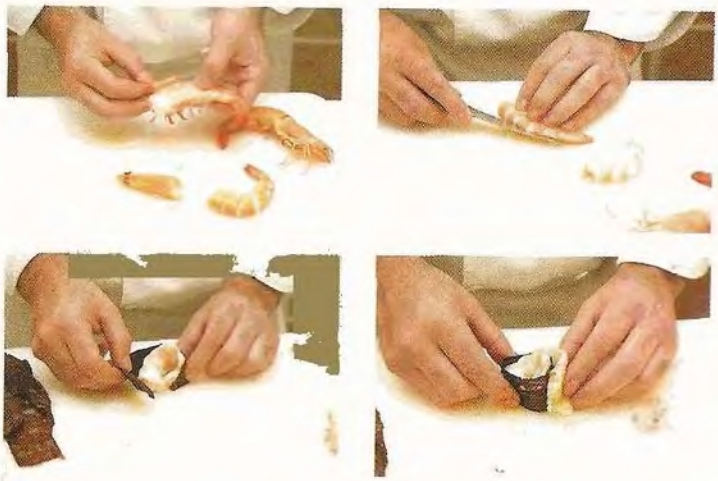


- 25 camarones medianos o grandes
- 1 cebolla
- 1 apio
- 1 zanahoria
- 10 chiles pasilla remojados, desvenados y sin semillas

Vinagreta

- 1 taza de aceite vegetal
- 1 cda. de vinagre
- 1 cda. de mostaza
- 1/4 taza de catsup
- 40 mL de jugo de naranja
- 1 chile pasilla
- 1 limón (sólo el jugo)
- 1 lechuga limpia deshojada para decorar

Adorne con hojas de lechuga italiana y jitomate cortado en cubitos muy finos



En un recipiente a fuego alto y con suficiente agua, ponga a cocer la cebolla, el apio y la zanahoria; una vez que estén listos, agregue los camarones y cuézalos por 30 segundos.

Retirelos enseguida, pélelos y quíteles la cabeza y la cola; córtelos en forma de "marioosa". es decir abriéndolos por la mitad a lo largo. sin partirlos.

Enrolle un camarón, seguido de un chile pasilla. después un camarón y otro chile pasilla. Siga así hasta terminar con ambos. Sírvalos.

Vinagreta

Licúe todos los ingredientes y bañe con ella los camarones.

BROCHETAS DE CERDO

- 1/2 kg de lomo de cerdo, cortado en cubitos
- 4 chiles pasilla, desvenados y sin semillas
- 1 chile guajillo, desvenado y sin semillas
- 1/2 taza de aceite vegetal
- Sal y pimienta al gusto
- 1 pimiento rojo, cortado en cuadros de 1.5 c
- 1 pimiento verde, cortado en cuadros de 1.5 cm
- 1 calabaza larga (italiana), cortada en cuadros de 1.5 cm
- 1 cebolla mediana. cortada en cuadros de 1.5 cm
- 1 paquete de palitos de bambú

Los palitos de bambú se compran en las materias primas

Para hacer la salsa, tueste los chiles pasilla y el guajillo a fuego medio; no deje que se quemen y una vez listos, licúelos con el aceite hasta formar una pasta ligeramente espesa. Reserve.

Salpimiente la carne; pínchela en el palito de bambú y arme las brochetas intercalando un trozo de cada pimiento, uno de calabaza y uno de cebolla.

Póngalas a marinar en la salsa de pasilla. Si es necesario, báñelas con una cuchara y refrigérelas de 6 a 12 horas. Transcurrido ese tiempo, caliente un comal o una sartén con poco de aceite.

Ase cada una de las brochetas, dándole vueltas de vez en ver para que se doren por todos lados. Retírelas cuando la carne esté cocida. Sírvalas inmediatamente, de preferencia.

SOPAS
Y PASTAS

SOPA DE VERDURAS

- 1/4 de papas cambray, partidas a la mitad
- 2 zanahorias, cortadas en medias lunas3
- 1 brócoli chico, troceado
- 1/4 de champiñones, partidos en cuartos
- 2 calabazas italianas (largas), cortadas en tiras
- 50 g de mantequilla
- 4 tazas de caldo de pollo
- 1 rama de epazote

Salsa

- 4 chiles pasilla
- 1/2 cebolla mediana, troceada
- 1 ajo
- 1 jitomate

Puede sustituir el caldo de pollo por 4 tazas de agua y dos cubos de concentrado de pollo

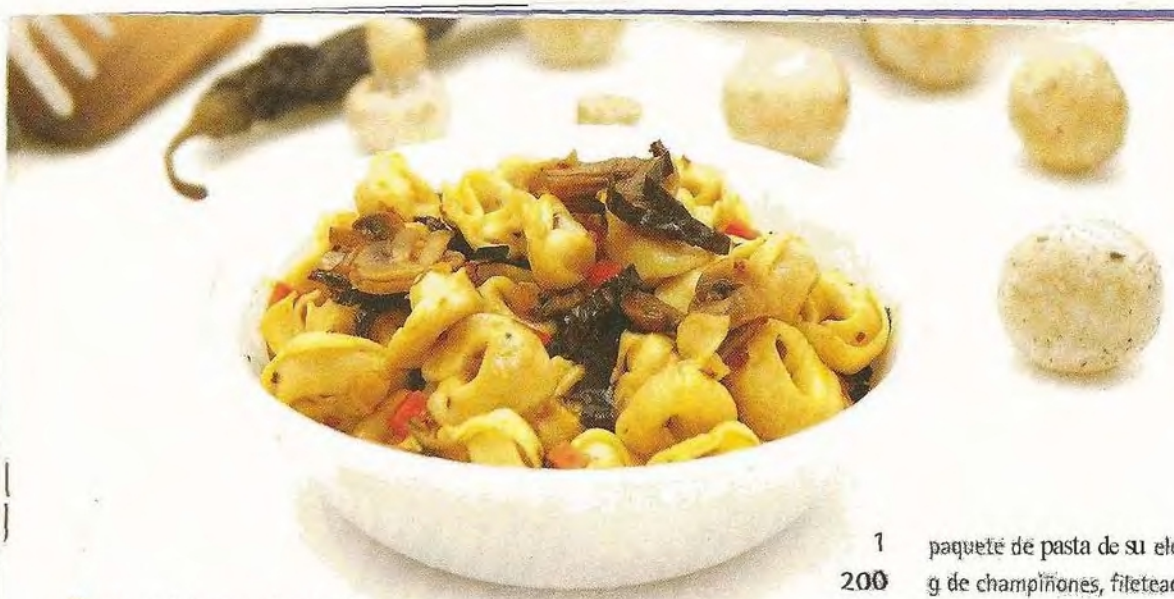
Para preparar la salsa, remoje los chiles en agua caliente, mínimo durante 10 minutos; enseguida ábralos y retireles las semillas.

Licúelos junto con la cebolla, el ajo y el jitomate.

En otro recipiente, caliente la mantequilla a fuego alto y sofría las papas, la zanahoria y el brócoli (agregue cada verdura en intervalos de 1 a 2 minutos). Incorpore la mezcla anterior.

Deje cociendo y mueva de vez en vez. Cuando empiece a hervir, añada los champiiiones y las calabazas, el caldo y el epazote. Deje cocer un poco más y sirva caliente.

PASTA CON CHAMPIÑONES



1	paquete de pasta de su elección
200	g de champiñones, fileteados
1.5	L de agua
1	cebolla mediana, troceada
2	dientes de ajo
2	chiles pasilla, Cortados en rodajas (o aros)
3 a 4	hojas de laurel
1/2	cebolla, picada finamente
	Aceite. el necesario

En un recipiente a fuego alto, caliente el agua junto con la cebolla troceada y el ajo. **Cuando** vaya a hervir, agregue la pasta para que se cueza; déjela hasta que se suavice. Ya lista. retírela del fuego, escúrrala y reserve. **En** una sartén a fuego medio con aceite, sofría la cebolla picada hasta que quede transparente. Agregue:e)chile pasilla y mueva para que se mezcle. **Añada** los champiñones y deje que se cuezan un poco (de 2 a 3 minutos) y agregue la pasta. **Deje** cocer hasta que ésta última esté suave. Sirvala.

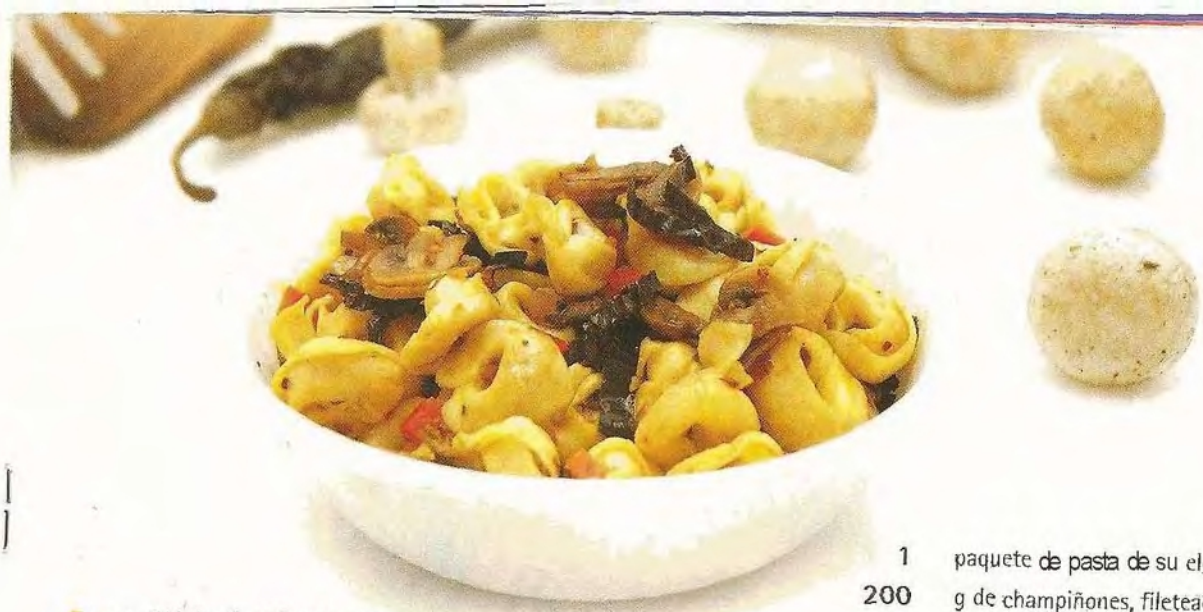
Aprende y sorprende con nuestro curso innovador de decoración de pasteles con chocolate

Próximas fechas

Del 3 al 7 y del 17 al 21 de Abril

Con gusto te atendemos de 9:00 am a 2:00 pm
y de 3:00 pm a 6:00 pm a los tels.: 5547-6701 y 5547-9550
o escríbenos a: serviciosaclientes@segecvega.com

PASTA CON CHAMPIÑONES



1	paquete de pasta de su elección
200	g de champiñones, fileteados
1.5	L de agua
1	cebolla mediana, troceada
2	dientes de ajo
2	chiles pasilla, cortados en rodajas (o aros)
3 a 4	hojas de laurel
1/2	cebolla, picada finamente
	Aceite, el necesario

En un recipiente a fuego alto, caliente el agua junto con la cebolla troceada y el ajo. **Cuando** vaya a hervir, agregue la pasta para que se cueza; déjela hasta que se suavice. Ya lista, retírela del fuego, escúrrala y reserve. **En** una sartén a Fuego medio con aceite, sofría la cebolla picada hasta qae quede transparente. Agregue el chile pasilla y mueva para que se mezcle. **Añada** los champiñones y deje que se cuezan un poco (de 2 a 3 minutos) y agregue la pasta. **Deje** cocer hasta que ésta última esté suave. Sírvala.

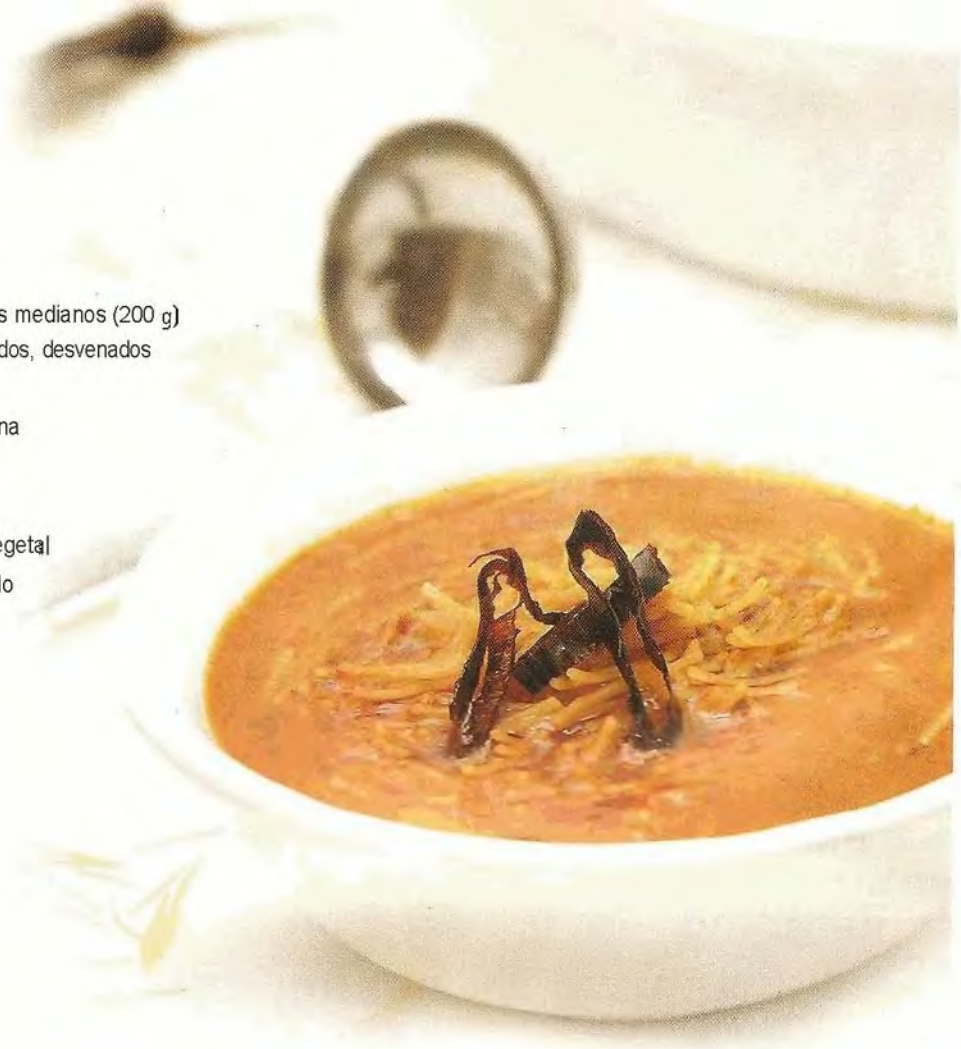
Aprende y sorprende con nuestro curso innovador de decoración de pasteles con chocolate

Próximas fechas

Del 3 al 7 y del 17 al 21 de Abril

Con guate te atendemos de 9:00 am a 2:00 pm
y de 3:00 pm a 6:00 pm a los tels.: 5547-6701 y 5547-9550
o escríbenos a: serviciosaclientes@segecvega.com

FIDEOS CON ASILLA



- **1** paquete de fideos medianos (200 g)
- **2** chiles pasilla asados, desvenados y sin semillas
- **1/4** de cebolla mediana
- **2** jitomates guaje
- **1** diente de ajo
- **2** cdas. de aceite vegetal
- **1** L de caldo de pollo

Corte en pequeñas rodajas el otro chile pasilla y espolvoréelo en cada plato al servir

Licúe uno de los chiles junto con la cebolla. el jitomate y el ajo; cuele y reserve.

En aceite a fuego medio, fría el fideo hasta que adquiera un tono dorado; cuide que no se queme.

Vierta lo licuado y añada el caldo de pollo; baje el fuego. sazone y tape la cocción.

Cueza hasta que el fideo esté suave, evite que se bata y sírvalo caliente.

PLATOS FUERTES

4 filetes del pescado de su preferencia
Harina. la necesaria
Sal y pimienta

Salsa

400 g de mantequilla
2 chiles pasilla, desvenados y sin semillas, cortados en rodajas

La mantequilla preparada puede guardarse en refrigeración durante varios días

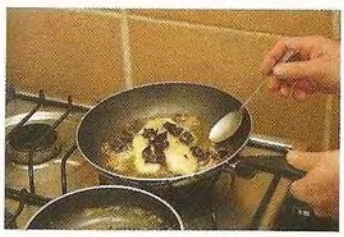
En una sartén a fuego bajo. derrita la mantequilla. Una vez que esté liquida, agregue los chiles cortados en rodajas muy delgadas.

Déjelos hervir hasta que hayan soltado su sabor y la mantequilla haya cambiado de color. Retire la espuma que se forme; reserve.

Salpimiente los filetes de pescado y enharinelos por ambos lados. Retíreles el exceso de harina. Caliente una sartén a fuego *medio* y coloque en ella los filetes de pescado para que se doren.

Bañe ligeramente cada uno de los filetes con 3 cucharadas de la mantequilla preparada.

Fría el pescado. bañándolo de vez en vez con la misma mantequilla. Sírvalo caliente.



TIRAS ENVUELTAS AL HORNO

- 1 pechuga mediana, cortada en tiras
- 4 chiles pasilla grandes, que no estén rotos
- 1 lata de frijoles bayos refritos
- Sal y pimienta al gusto
- Un poco de aceite

Salsa

- 1 manojo de cilantro, lavado
- 60 g de mantequilla
- 1/2 cebolla, partida a la mitad
- 1 diente de ajo
- 60 g de harina
- 1 L de leche
- Sal y pimienta al gusto

SALSA

Acitrone la cebolla y el ajo en la mantequilla. Agregue el cilantro y sofría un par de minutos. Añada la harina y la leche, mueva hasta que espese; retire del fuego y licúe. Cuele y hierva a fuego medio. Salpimiente.

Si los chiles están picosos al remojarlos, agregue una raja de canela y un poco de piloncillo, reducirán el picor

Precaliente el horno a 180 °C. Remoje los chiles en agua caliente a que se suavicen: **retí**relos, desvénelos y quíteles las semillas.

Salpimiente las tiras de pechuga y únteles aceite. Caliente una sartén a fuego alto y selle las tiras; retirelas del fuego

Introduzca una tira por chile. Coloque los chiles en una charola para hornear y viértales 1/4 de taza de agua, así evitará que se peguen.

Tape con papel aluminio y hornee hasta que las pechugas estén cocidas.

Sirva con la salsa de cilantro

CERDO EN SALSA DE PASILLA

- **6** filetes de cerdo
- **3** chiles pasilla
- **1/2** kg de tomates, lavados y sin cáscara
- **1/2** cebolla mediana
- **1** diente de ajo
- **2** tazas de caldo de pollo
- **3** cdas de aceite vegetal
- Sal y pimienta al gusto

Puede sustituir el caldo de pollo por la misma cantidad de agua con 2 cubitos de concentrado de pollo

En un comal, ase los tomates, la cebolla, los ajos y los chiles previamente lavados, desvenados y sin semillas.

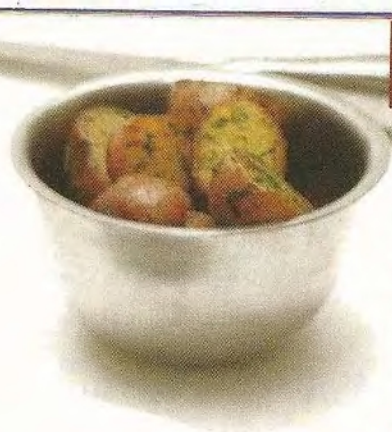
Una vez que todo esté asado, licúelo con un poco del caldo de pollo; reserve.

En una cacerola, caliente el aceite a fuego medio y dore los filetes ligeramente por ambos lados

Vierta la salsa sobre ellos. Salpimiente, tape el recipiente y baje el fuego.

Deje cociendo hasta que la carne esté lista. Acompañe con verdura a la mantequilla.

PECHUGAS BICOLOR



- 4 bisteces de pechuga de pollo
- 4 chiles pasilla, desvenados, sin semillas, remojados y extendidos
- Sal y pimienta al gusto
- Aceite vegetal, el necesario
- Palillos

Guarnición

- 16 papas cambray, cocidas y partidas en dos
- 1 cda. de mantequilla
- Sal y pimienta al gusto
- 2 cdas. de perejil picado

Ya que las pechugas estén doradas, puede retirar los palillos, procurando no quemarse

Salpimiente los bisteces por ambos lados.

Coloque un chile extendido sobre cada uno de ellos.

Enróllelos y sujételos con ayuda de los palillos, para que no se deshagan.

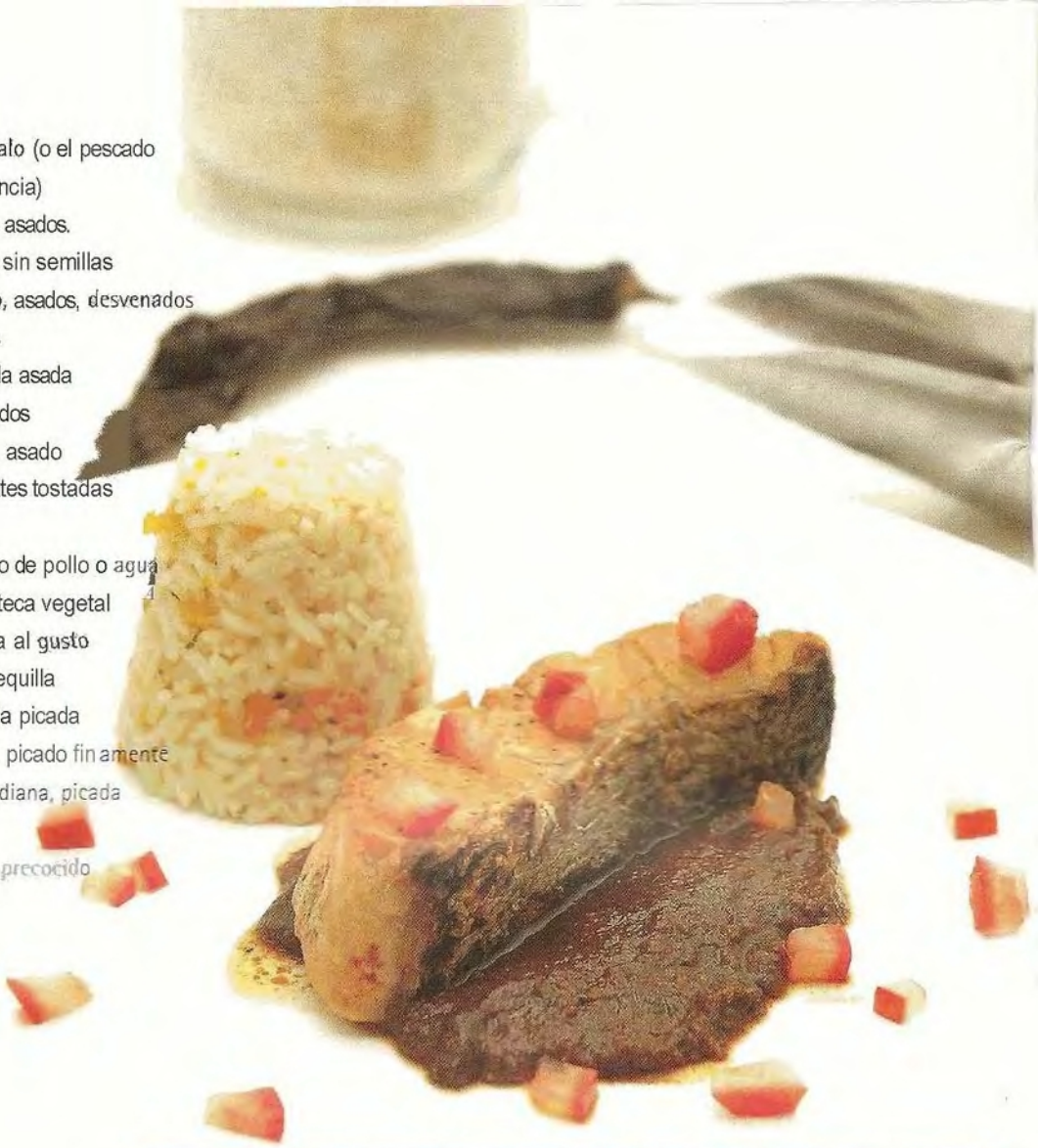
Dore las pechugas en una sartén a fuego medio con un poco de aceite. Retirelas y reserve.

En una sartén aparte, ponga a derretir la mantequilla a Fuego alto y agregue las papas.

Salpimiente, espolvoree el perejil y sirva.

ROBALO CON MOLE

- 4 filetes de robalo (o el pescado de su preferencia)
- 4 chiles pasilla, asados. desvenados y sin semillas
- 2 chiles guajillo, asados, desvenados y sin semillas
- 1/4 pza. de cebolla asada
- 2 jitomates asados
- 1 diente de ajo. asado
- 20 g de cacahuates tostadas
- 1 tortilla dura
- 2 tazas de caldo de pollo o agua
- 2 cdas. de manteca vegetal
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cda de mantequilla
- 1 cda. de cebolla picada
- 1/2 diente de ajo, picado finamente
- 1 zanahoria mediana, picada finamente
- 1 taza de arroz precocido



El pescado se cocerá relativamente rápido (de 5 a 10 min.), dependiendo su grosor

Licúe todo los ingredientes asados junto con la tortilla y 1/2 taza de caldo, reserve.

En un recipiente a fuego medio, caliente la manteca y vierta lo licuado. Mueva de manera constante. Baje el fuego y salpimiente. Reserve.

En una sartén a fuego medio, funda la mantequilla. acitrone la cebolla y el ajo picados. Agregue la zanahoria, el arroz y el resto del caldo.

Baje el fuego; salpimiente y tape para que se cueza hasta que el liquido se evapore; reserve.

Salpimiente los filetes de pescado y únteles un poco de aceite. Cuézalos de un solo lado y agregue el mole, cubriéndolas sólo hasta la mitad.

OTRAS OPCIONES

PAN DE CHILE

EL RINCÓN DEL iber GOURMET

- 2 chiles pasilla, remojados, desvenados
- 2 cdas. de aceite vegetal
- 2 cdas. de cebolla. finamente picada
- 1 diente de ajo
- 300 g de harina
- 10 g de levadura fresca
- 1/2 tara de agua tibia
- 1/4 cdita. de sal
- 1 cda. de azúcar

*También puede doblar el volumen de la masa si la coloca **30 minutos** en un tazón tapado y engrasado*

En una sartén a fuego medio, caliente las dos cucharadas de aceite y sofría en él la cebolla, el ajo y el chile cortado previamente en julianas.

Mueva de manera constante durante un par de minutos, retire del fuego y reserve.

En el Iber-Gourmet coloque la harina, la levadura. el agua indicada, la sal y el azúcar en la herramienta de aspas de plástico. No lo encienda aún.

Déle un tiempo de 5 minutos y una temperatura de 20 °C; enciéndalo. Enseguida, agregue el preparado de chiles y amase durante otros 5 minutos.

Pasado ese tiempo, cercioresede que la masa esté integrada por completo y tenga una consistencia suave y elástica (no se le debe pegar en las manos].

En caso contrario, regrese la masa al Iber-Gourmet y aumente la remperatura a 28 °C, para dejar fermentar la masa hasta que doble su volumen. Empiece dándole 5 minutos.

Una vez lista la masa, forme bolitas de 50, 100 o 200 g (según su preferencia) y boléelas hasta tener una masa compacta

Con ayuda de un cuchillo muy filoso, elabore una cruz en la parte superior del pan; deje reposar hasta que doble su volumen.

Una vez que hayan crecido, espolvoréelas con harina y hornee de 20 a 30 minutos, a 180 °C.

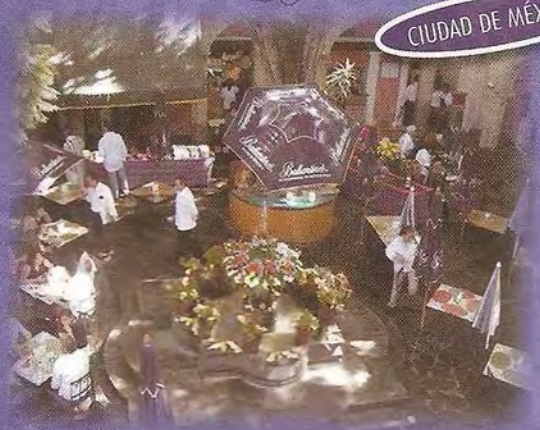
Una vez que empiece a oler a pan, sáquelas del horno No debe abrir el horno antes, pues el pan no se cocerá.

PINCHITOS

250	g de queso panela, en trozo
1	kg de sandía
2	chiles pasilla
60	mL de aceite de oliva
1	paquete de palillos de bambú (se consiguen en las tiendas de materias primas)

Corte el queso en cubos de 1.5 cm; haga lo mismo con la sandía y reserve. **Ponga** a remojar los chiles en agua caliente durante 5 minutos; escúrralos, quíteles las venas y las semillas. **Córtelos** en tiras de 1.5 cm de grosor y envuelva en ellos cada trozo de queso. **En** cada uno de los palos de bambú coloque un trozo de sandía y uno de queso. **Únteles** aceite de oliva y sasone. Sírvalos en un platón.

EL BAZAR SÁBADO
RESTAURANTE-BAR



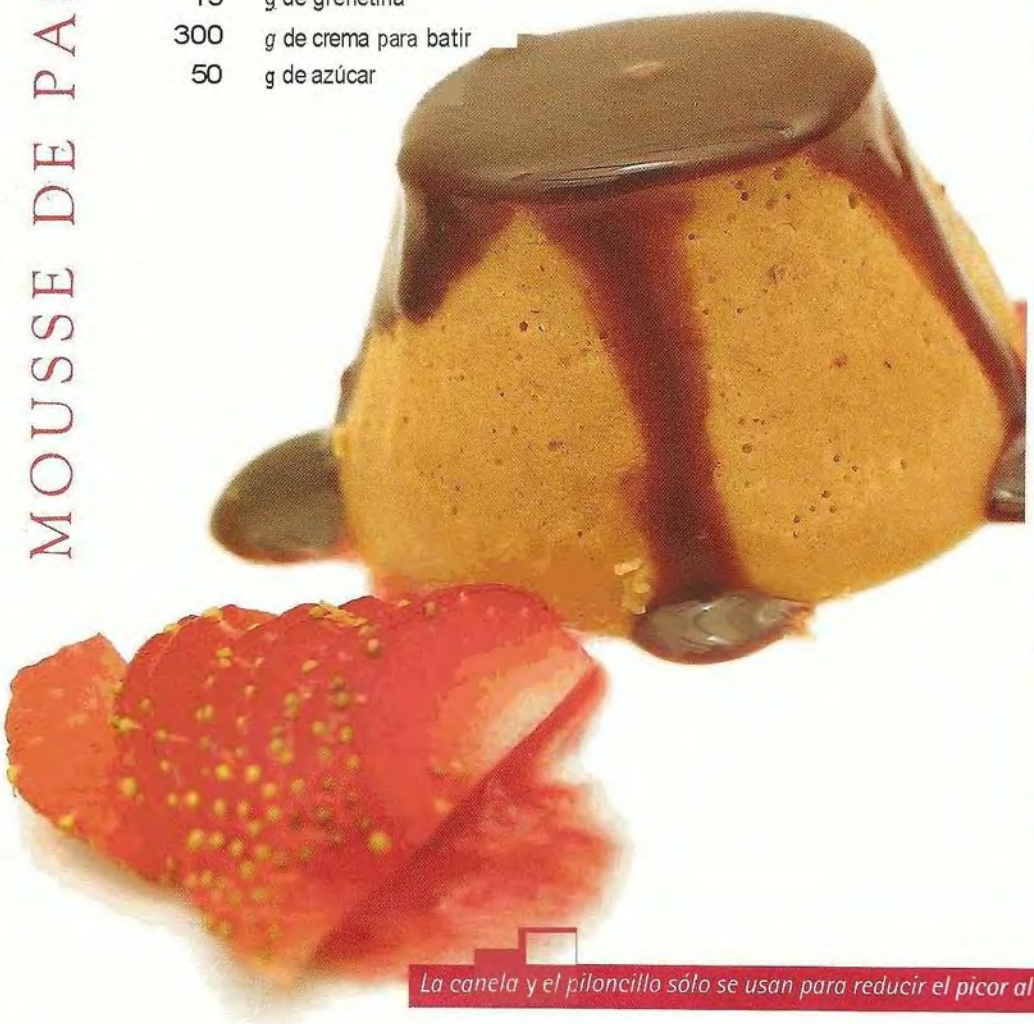
Buffet Mexicano e Internacional
para Almorzar en la Mañana y Comer en la Tarde
Plazo San Jacinto No. 11 SAN ANGEL
TODOS los sábados de las 10:00 a las 18:00 hrs

FONDA SAN ANGEL
En el Corazón de San Ángel
Cocina Mexicana, Tradicional y Contemporánea

•Desayuno •Comida •Cena
Abierto todos los días del año de 8:00 a 24:00 hrs.
Plaza San Jacinto 3, San Ángel Ciudad de México Tel.: 5550 1641

MOUSSE DE PASILLA

- **2** chiles pasilla, desvenados y sin semillas
- **2** tazas de agua
- **1** raja de canela
- **1/4** pza. de piloncillo
- 15 g de grenetina
- 300 g de crema para batir
- 50 g de azúcar



La canela y el piloncillo sólo se usan para reducir el picor al chile, no se agregan a la receta

En un recipiente al fuego coloque el agua indicada y ponga a remojar los chiles junto con la canela y el piloncillo durante 10 minutos, aproximadamente. Resérvelos

Utilice otro recipiente con 50 mL de agua e hidrate la grenetina por 10 minutos, o hasta que se haya absorbido el liquido totalmente.

Escurra los chiles y licúelos junto con la crema; cuele lo obtenido y póngalo a fuego medio, agregando la grenetina hidratada y el azúcar

Una vez disuelto lo anterior, retire del fuego y deje enfriar un poco; entonces bátalo durante unos minutos.

Vierta la mezcla en moldes y refrigere hasta que se haya solidificado. Cuando esté así, sírvalo acompañado de salsa de fresa.